PERFEKSIONISME DAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA MAHASISWA ORGANISASI KESENIAN

Perfectionism and *Subjective Well-Being*
On Art's Student Organization

Mukaromah, Djudiyah, Uun Zulfiana
Fakultas Psikologi,
Universitas Muhammadiyah Malang
nawamukaromah8@gmail.com, djudiyahdahlan2@gmail.com, uun@umm.ac.id

ABSTRAK

Perfeksionisme telah lama dikaitkan dengan kurangnya kesejahteraan. Teori self-determination menunjukkan bahwa kesejahteraan seseorang rendah apabila kebutuhannya tidak terpenuhi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perfeksionisme dengan subjective well-being. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Subjek penelitian ini berjumlah 150 mahasiswa di Forum UKM Universitas Muhammadiyah Malang bidang kesenian yang diambil dengan teknik total sampling. Pengukuran perfekisonisme menggunakan alat ukur Multidimesional Perfectionism Scale dan pengukuran subjective well-being menggunakan alat ukur Satisfaction with life scale dan Scale of positive and negative experience.

Kata kunci: Perfeksionisme, subjective well-being, mahasiswa organisasi

ABSTRACT

Perfectionism has long been associated with lack of well-being. Self-determination theory suggests that one's welfare is low when its needs are not met. The research aims to determine the relationship between perfectionism and subjective well-being. This research is a correlational quantitative study. The subject of this study amounted to 150 students in the Forum of the University of Muhammadiyah Malang taken with a total sampling technique. Measurement of perfekisonism using the Multidimesional Perfectionism Scale measuring instrument and subjective well-being measurements using the Satisfaction with life scale and Scale of positive and negative experience measuring instruments.

Keyword : *Perfeksionism, subjective well-being, the student organization*

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial yang tentunya membutuhkan bantuan dari orang lain agar tercapai suatu tujuan tertentu. Pencapaian tujuan organisasi ditentukan oleh bantuan dan kerjasama antar anggota, sehingga organisasi membutuhkan suatu kerjasama guna mencapai tujuan tertentu. Pencapaian tujuan organisasi bukan hanya untuk kepuasan individual, tetapi juga untuk kepuasan dan manfaat bersama. Organisasi yang ada di perguruan tinggi seperti organisasi kemahasiswaan diharapkan mampu meningkatkan kualitas ilmu pengetahuan dan menambah pengalaman individu agar mampu bersaing di era globalisasi. Menurut Sutarto (2006) Organisasi adalah sistem saling pengaruh antar orang dalam kelompok yang bekerja sama untuk mencapai tujuan tertentu.

Menurut Choirudin (2013) Organisasi mahasiswa adalah subsistem kelembagaan non struktural universitas yang merupakan sebuah wadah dan sarana pemberdayaan diri mahasiswa

yang diharapkan dapat menampung dan menyalurkan minat, bakat dan kegemaran sekaligus menjadi wadah kegiatan peningkatan penalaran dan keilmuan, serta profesi mahasiswa yang merupakan bagian dari proses pendidikan. Dari pendapat Choirudin dapat diartikan bahwa organisasi mahasiswa merupakan suatu sarana ataupun wahana dalam mengembangkan minat dan bakat yang dimiliki mahasiswa untuk meningkatkan ilmu sebagai proses pendidikan.

Menurut Aristoteles Seni adalah bentuk yang pengungkapannya dan penampilannya tidak pernah menyimpang dari kenyataan dan seni itu adalah meniru alam. Kesenian adalah bagian dari budaya dan merupakan sarana yang digunakan untuk mengekspresikan rasa keindahan dari dalam jiwa manusia. Selain mengekspresikan rasa keindahan dari dalam jiwa manusia, kesenian juga mempunyai fungsi lain. Misalnya, mitos berfungsi menentukan norma untuk perilaku yang teratur serta meneruskan adat dan nilai-nilai kebudayaan. Seni menurut media yang digunakan terbagi 3 antara lain yang pertama seni yang dapat dinikmati melalui media pendengaran atau (audio art), misalnya seni musik,seni suara, dan seni sastra seperti puisi dan pantun. Kedua, seni yang dinikmati dengan media penglihatan (Visual art)) misalnya lukisan, poster,seni bangunan, seni gerak beladiri dan sebagainya. Ketiga, seni yang dinikmati melalui media penglihatan dan pendengaran (audio visual art) misalnya pertunjukan musik, pagelaran wayang, dan film.

Seniman seni rupa cenderung memiliki perfeksionis yang tinggi. Hal itu terlihat dari tingginya penilaian diri para seniman seni rupa terhadap indikator perfeksionisme menurut penelitian Kuntaswari dan Stevanus (2013), dalam penelitiannya menemukan hubungan negatif yang signifikan antara perfeksionisme dan *psychological well-being* pada seniman. Melihat hasil penelitian yang sudah pernah dilakukan diatas, peneliti ingin megembangkan penelitian yang tidak hanya pada seniman seni rupa saja melainkan mahasiswa yang mengikuti organisasi bidang kesenian lainnya seperti seni tarik suara, seni tarin seni fotografi dan seni musik.

Subjective well-being disingkat dengan sebutan SWB atau bila diterjemahkan menjadi kesejahteraan subjektif biasanya disebut juga dengan istilah kebahagiaan. Menurut Diener, Lucas dan Oishii (2002) SWB adalah evaluasi afektif (perasaan) dan kognitif (pikiran) seseorang terhadap kehidupannya. Konsep SWB menekankan pada tiga poin penting. Pertama, evaluasi afektif merupakan evaluasi perasaan (positif-negatif) sedangkan evaluasi kognitif (pikiran) merupakan evaluasi kepuasan hidup. Kedua, evaluasi dilakukan secara subjektif , sehingga tingkat SWB sangat tergantung pada orang yang mengevaluasi. Ketiga, SWB tidak dinilai hanya dari absennya afek (perasaan) negatif, namun juga hadirnya afek positif. Sehingga dibutuhkan pengukuran kedua afek (positif-negatif). Dalam mengukur SWB, subjek diminta mengevaluasi bukan hanya sebagian hidupnya saja melainkan evaluasi kehidupan secara keseluruhan (Diener, 1984).

Konsep *subjective well-being* mengacu pada evaluasi afektif dan kognitif individu dari kualitas keseluruhan hidup mereka (Diener, 2000). Beberapa penelitian baik kausal maupun longitudinal telah memberikan beberapa bukti kuat bahwa kebahagiaan membuat seseorang menjadi sehat (Steptoe & Wardle, 2011). Tidak menimbulkan penyakit (Cohen, Doyle, Turner, Alper & Skoner, 2013). Hidup menjadi lebih lama (Diener & Chan, 2011). Selain itu, orang yang lebih bahagia cenderung memiliki hubungan sosial yang lebih baik (Lyubomirsky, King & Diener, 2016).

Lebih lanjut, penelitian Jae, Lee dan Hwang (2018) menunjukkan bahwa mencari kesenangan dan kenikmatan adalah alat untuk mencari kepuasan diri sendiri. *Subjective well-being* menekankan pada tingginya emosi positif (perasaan senang, puas, positif, dsb) diikuti dengan kepuasan terhadap kehidupannya, seseorang yang mengalami ini disebut sebagai orang yang bahagia (Diener, 1984). Seseorang yang bahagia akan

memiliki hubungan sosial yang baik. Orang yang bahagia cenderung memiliki perasaan senang dan tenteram tanpa adanya tekanan.

Perfeksionisme menurut Hewit dan Flett (1991) adalah keinginan untuk mencapai kesempurnaan diikuti dengan standar yang tinggi untuk diri sendiri, standar yang tinggi untuk orang lain, dan percaya bahwa orang lain memiliki harapan kesempurnaan pada dirinya (Pranungsari, 2010). Adapun perfeksionisme dibagi menjadi dua bagian yaitu perfeksionisme interpersonal dan perfeksionisme intrapersonal. Pada perfeksionisme interpersonal terdapat dua tipe perfeksionisme antara lain *other oriented perfectionism* dan *socially prescribed perfectionism*. Sedangkan pada perfeksionisme intrapersonal terdapat satu tipe yaitu *self oriented perfectionism.*

Orang yang memiliki perfeksionisme interpersonal *other oriented* cenderung untuk menuntut orang lain agar memenuhi standar-standarnya. Hal ini membuat orang dengan tipe ini cenderung memperhatikan kesalahan orang lain secara berlebihan, mengevaluasi dan bereaksi berlebihan pada kegagalan orang lain (Paul, L. Hewitt, et al, 1991). Oleh sebab itu seorang perfeksionis memiliki sikap kurang percaya terhadap orang lain serta cenderung menyalahkan orang lain. Pada individu yang memiliki *socially prescribed perfectionism* cenderung merasa bahwa orang lain menuntut dan mengharapkan dirinya selalu berhasil mencapai prestasi dengan standar yang tidak realistis (Blatt, 1995 dalam Aditomo & Sofia, 2004). Hal ini membuat individu dengan tipe *socially prescribed perfectionism* merasa tuntutan atau harapan tersebut harus dipenuhi untuk mendapatkan penerimaan dan penghargaan di lingkungannya. Oleh sebab itu, mereka memiliki ketakutan yang besar terhadap evaluasi negatif dari orang lain dan menghindari penolakan orang lain (Hewitt & Armada, 2004 dalam Mee, Foo Fatt, 2015). Akan tetapi hal ini dapat berbeda ketika individu memiliki perfeksionisme intrapersonal *self oriented* karena individu ini memiliki potensi adaptif sebagai hasrat yang sehat untuk mencapai prestasi dan menghasilkan karya besar. Selain itu, mereka memiliki motivasi untuk mencapai kesempurnaan dan berusaha menghindari kegagalan (Paul, L. Hewitt., et al, 1991).

Penelitian yang dilakukan Chang (2006) pada mahasiswa psikologi di Universitas Michigan menemukan bahwa *psychological distress* sebagai mediator antara *perfectionisme* dengan *psychological well-being* dimana *perfectionisme* secara total berhubungan positif dengan *psychological distress*, dan *psychological distress* berhubungan negatif dengan *psychological well-being*.

Fenomena yang terlihat bisa jadi karena penetapan standar yang terlalu tinggi untuk selalu mendapatkan hasil yang sempurna. Ketika standar tersebut tidak tercapai maka bisa timbul rasa benar-benar gagal walaupun hasilnya sudah masuk dalam kategori yang cukup memuaskan. Menurut Flett, Besser, Davis dan Hewiit (2003) bahwa individu yang memiliki perfeksionisme tinggi rentan terhadap tekanan psikologis karena mereka mengevaluasi diri sendiri ketika mengalami peristiwa negatif yang tidak menegaskan diri mereka sesuai dengan standar yang mereka inginkan. Hal ini terlihat dari hasil wawancara peneliti secara universal terhadap lima mahasiswa yang terlibat mengikuti organisasi di Universitas Muhammadiyah Malang, peneliti menemukan bahwa mahasiswa organisasi cenderung benar-benar gagal dan kecewa apabila target yang mereka tentukan dalam mengikuti organisasi tidak tercapai.

Menurut Pouravari, Behboodi dan Sharifi (2017) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa individu-individu yang memiliki perfeksionisme berlebihan cenderung menyalahkan dan mengkritik diri mereka sendiri. Artinya, orang-orang ini tidak berpikir bahwa upaya yang mereka lakukan cukup baik, yang ada mereka hanya merasa gagal dalam mencapai tujuan mereka. Albano (2011) dalam bukunya menyatakan bahwa apabila orang meyakini bahwa hasil yang diperoleh jauh lebih buruk daripada yang

direncanakan, hal itu akan mengurangi kepuasan tersendiri.

Meskipun terdapat beberapa peneliti menyebutkan perfeksionisme bersifat positif karena dapat memberikan energi dan motivasi bagi seseorang untuk mencapai suatu *goal* yang telah ditentukan (Roedell, 1984). Banyak penelitian yang melihat perfeksionisme memiliki sifat negatif dan *counterproductive* dengan mencapai *goal* seseorang. Dampak negatif perfeksionisme ini akan terjadi ketika individu menetapkan standar yang terlalu tinggi dan tidak realistis pada diri sendiri (Chang, 2006).

Menurut Macedo at al. (2014) dalam penelitiannya menemukan bahwa kebutuhan berlebihan dan meningkatnya rasa tanggung jawab individu-individu mendorong mereka untuk menjadi sempurna. Namun, keraguan kemampuan mereka dan ketakutan akan kegagalan dapat membuat mereka khawatir dengan yang akan terjadi di masa depan, menjaga integritas konsep diri yang ideal dan menghindari tekanan emosional karena gagal mencapai tujuan mereka.

Penelitian Mackinnon, Ivy-Lee, Kenneth, Ronald dan Sherry (2017) menunjukkan bahwa teori proses ganda perfeksionisme dimotivasi oleh penguatan negatif. Artinya, perfeksionisme adalah ciri kepribadian yang merupakan upaya untuk menghindari kegagalan, penolakan, dan ketidaksempurnaan.

Studi yang dilakukan oleh Bojanic, Sakan dan Nedeljkovic (2018) menunjukkan bahwa perfeksionis cenderung menjaga diri mereka sendiri. Perfeksionis umumnya dapat memiliki masalah dengan hubungan interpersonal karena mereka menetapkan harapan yang tinggi terhadap orang lain ataupun sesuatu yang ditentukan. Artinya dengan harapan yang terlalu tinggi inilah apabila sesuatu yang mereka tentukan tidak dapat mereka capai, mereka cenderung merasa gagal. Ketika seseorang menetapkan standar pribadi yang tinggi namun standar yang ditentukan tidak dapat diraih dan sehingga mereka merasa frustasi dan memiliki rasa ketidakpuasan (Gilman & Ashby, 2003).

Topik perfeksionisme telah meningkat dan menyita perhatian penelitian sebagaimana dikaitkan dengan hasil psikologis positif dan negatif (Bieling, Israel & Antony, 2004). Faktor dukungan sosial yang dirasakan dapat mencegah perfeksionisme, yang dapat mengakibatkan psikologis yang negatif, seperti depresi dan kecemasan (Zhou, Zhu, Zhang & Cai, 2013). Karakteristik yang menggambarkan perfeksionis yaitu adanya standar pribadi yang tinggi (Gilman, Ashby, Sverko, Fiorell & Varjas, 2005). Karakteristik lain dari perfeksionisme adalah kekhawatiran yang berlebihan apabila membuat kesalahan, meragukan kualitas tindakan orang lain (Frost, Marten, Lahart & Rosenblate, 1990).

Perfeksionisme telah lama dikaitkan dengan kurangnya kesejahteraan. Teori *self-determination* menunjukkan bahwa kesejahteraan seseorang rendah apabila kebutuhannya tidak terpenuhi (Ryan & Deci, 2000). Perfeksionisme seseorang yang terlalu tinggi cenderung menuntut pada kesempurnaan (Blatt, 1995). Dengan demikian, orang perfeksionis mungkin mengalami *social disconnection* dari orang lain, yang pada akhirnya menghambat kesejahteraan mereka sendiri.

O'Connor D, O'Connor dan Marshall (2007) mengemukakan bahwa dalam perfeksionisme, rasa khawatir yang melibatkan pemikiran berfokus pada diri sendiri dimana individu cenderung negatif dalam menilai diri mereka sendiri. Isi pikiran negatif ini biasanya melibatkan sebuah kegagalan, keragu-raguan dalam bertindak, dan ketidakpastian untuk mencapai tujuan pribadi. Menurut Campbell dan Di Paula A (2002) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa *"conditional acceptance"* yaitu keyakinan bahwa kita hanya dapat dicintai oleh orang lain apabila kita sempurna dalam segala hal yang kita lakukan. Dengan demikian, perfeksionis memiliki persepsi bahwa mereka hanya akan diterima dan dihormati oleh orang lain apabila mereka sempurna atau memiliki kinerja yang sempurna.

Hingga saat ini penelitian untuk melihat hubungan antara perfeksionisme dengan *subjective well-being* pada mahasiswa yang mengikuti organisasi belum pernah

dilakukan sehingga penelitian terkait topik dan populasi ini perlu dilakukan. Hal ini perlu untuk diteliti lebih lanjut karena apabila terdapat hubungan yang negatif antara kedua variabel, maka adanya perfeksionisme yang tinggi pada mahasiswa yang mengikuti organisasi akan menunjukkan *subjective well-being* yang rendah sehingga perlu untuk dilakukan upaya-upaya dalam pengembangan intervensi guna membantu meregulasi perfeksionisme pada mahasiswa organisasi.

Dengan demikian peneliti melihat bahwa penelitian ini penting untuk dilakukan karena pada penelitian-penelitian sebelumnya banyak membahas tentang permasalahan yang dihadapi oleh individu perfeksionis dalam sosial mereka. Hal ini tampak pada beberapa penelitian tentang perfeksionisme yang menyatakan bahwa individu perfeksionis memiliki keintiman dan kepuasan hubungan yang rendah dalam hubungan (Stober, J, 2012). Akan tetapi peneliti belum menemukan penelitian yang secara spesifik membahas tentang hubungan antara perfeksionisme dengan *subjective well-being* terutama pada mahasiswa organisasi bidang kesenian.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dirumuskan masalah yang akan diangkat dalam penelitian ini adalah tentang apakah terdapat hubungan antara perfeksionisme dengan *subjective well-being* pada mahasiswa yang mengikuti organisasi bidang kesenian di Universitas Muhammadiyah Malang? Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara perfeksionisme dengan *subjective well-being* pada mahasiswa yang mengikuti organisasi bidang kesenian di Universitas Muhammadiyah Malang. Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan teori Psikologi kepribadian dan Psikologi Kesehatan. Adapun manfaat praktis dari penelitian ini adalah peneliti mampu untuk memberikan informasi serta mengetahui secara lebih mendalam mengenai penelitian ini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, karena penelitian kuantitatif dianggap sebagai metode yang sudah cukup lama digunakan sehingga sudah mentradisi sebagai metode untuk penelitian. Alat yang digunakan oleh peneliti yaitu skala A mengenai perfeksionisme dan skala B mengenai *subjective well-being*. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti organisasi di beberapa bidang kesenian Universitas Muhammadiyah Malang antara lain seni rupa lentera, sangsekarta, gita surya, marching band, focus. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 150 mahasiswa yang mengikuti UKM (Unit kegiatan Mahasiswa) bidang seni yang ada di UKM Universitas Muhammadiyah Malang. Penentuan subjek berdasarkan pengambilan sampel menggunakan teknik incidental sampling. UKM pada penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu intrapersonal dan interpersonal yang terdiri dari :

Interpersonal

1. UKM Marching Band, organisasi ini merupakan wadah bagi mahasiswa yang ingin mengembangkan minat dan bakat dalam bermusik. Marching Band ini bersifat lebih harmonis dan tidak semata-mata memainkan lagu dalam bentuk mars, ragam peralatan yang digunakan lebih kompleks, formasi barisan yang lebih dinamis, dan corak penampilannya, yang umumnya memiliki komposisi penggunaan instrumen perkusi yang lebih banyak dari instrumen musik tiup.
2. UKM Gita Surya, organisasi ini bergerak dalam bidang paduan suara yang menghasilkan instrumen.
3. UKM Sangsekarta adalah organisasi penggerak mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang dalam bidang seni tari dan karawitan. UKM Sangsekarta memiliki tiga devisi yaitu devisi Tari Tradisional, Tari Modern dan Tari Kontemporer.

Intrapersonal

1. Lentera merupakan kelompok studi seni rupa.
2. Focus, organisasi ini merupakan sekumpulan mahasiswa-mahasiswa yang memiliki ketertarikan dalam bidang fotografi yang bertujuan untuk mengembangkan minat dan bakat kefotografian dan keorganisasian.

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

UKM	Populasi
Seni rupa lentera	25
Sangsekarta	30
Gita surya	100
Marching band	50
Focus	40
Total	245

Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 245 mahasiswa dalam beberapa UKM bidang kesenian. Diantaranya terdiri dari UKM gitasurya 100 mahasiswa, seni rupa lentera 25 mahasiswa, sangsekarta 30 mahasiswa, fokus 40 mahasiswa dan marching band 50 mahasiswa. Maka untuk mengetahui sampel penelitian, dengan perhitungan sebagai berikut :

$$\boldsymbol{n} = \frac{\mathbf{245}}{\mathbf{1 + 245(0,05^2)}}$$

$$= \frac{245}{1 + 245(0,0025)}$$

$$= 151$$

Tabel 2. Distribusi Sampel Penelitian

UKM	Distribusi & Jumlah sampel
Seni rupa lentera	$\frac{25}{245} \times 151 = 15$
Sangsekarta	$\frac{30}{245} \times 151 = 18$
Gita surya	$\frac{100}{245} \times 151 = 62$
Marching band	$\frac{50}{245} \times 151 = 31$
Focus	$\frac{40}{245} \times 151 = 25$
Total	151

Berdasarkan hasil distribusi sampel diatas diperoleh total 151, peneliti menggenapkan dan menetapkan sampel yang akan digunakan pada penelitian berjumlah 150.

Variabel dan instrumen penelitian

Pada penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Adapun variabel *independent* (X) pada penelitian ini adalah Perfeksionisme. Sedangkan variabel *dependent* (Y) pada penelitian ini adalah SWB (*Subjective well-being*).

Subjective well-being seringkali disebut dengan kebahagiaan. Kebahagiaan menurut konsep SWB, dicapai jikalau seseorang menilai kehidupannya memuaskan dan sering merasakan perasaan-perasaan yang positif. SWB dapat dinilai berdasarkan dua aspek, yaitu penilaian secara kognitif (kepuasan hidup) dan afektif (perasaan) (Diener, 1984).

Variabel *subjective well-being* (SWB), terdiri dari dua aspek yaitu kepuasan hidup dan emosi positif & negatif. Penilaian kepuasan hidup peneliti menggunakan skala SWLS (*Satisfaction with life scale*) terdiri dari 5 item yang dikembangkan oleh Diener, Larsen, Emmons & Griffin (1985). Adapun pengukuran kepuasan hidup dibagi menjadi penilaian spesifik (kepuasan tentang hubungan, pendidikan, ekonomi dan kepuasan keseluruhannya. Skala ini mengukur kepuasan hidup secara keseluruhan, dan mengukur seberapa jauh kehidupan seseorang sesuai dengan standart idealnya. Sedangkan penilaian perasaan atau emosi menggunakan SPANE *(Scale of positive and negative experience)* terdiri dari 12 item yang disusun oleh Diener (2009). Skala ini mengukur frekuensi emosi negatif dan positif selama kurun waktu kurang lebih 4 minggu terakhir. Skala ini merupakan skala likert yang terdiri dari 6 daftar emosi positif dan 6 daftar emosi negatif yang menggunakan rentang angka 1 sampai 5. Skor pengukuran pada skala ini

menunjukkan seberapa sering individu merasakan perasaan positif dan negatif. Perfeksionisme adalah keinginan untuk mencapai kesempurnaan diikuti dengan standar yang tinggi untuk diri sendiri, standar yang tinggi untuk orang lain, dan percaya bahwa orang lain memiliki harapan kesempurnaan untuk dirinya. Perfeksionisme dapat diukur dengan skala perfeksionisme berdasarkan aspek-aspek yang diungkapkan oleh Hewit dan Flett : *Self-oriented perfectionisme, other-oriented perfectionisme* dan *socially-prescribed perfectionism*.

Untuk melihat perfeksionisme peneliti menggunakan skala *Multidimesional Perfectionism Scale* (MPS) yang terdiri dari 45 item. Skala ini dibuat dalam bentuk bahasa Inggris yang kemudian di adaptasi ke dalam bahasa Indonesia. Variabel ini menggunakan skala Likert, yaitu angka/skor 1 (sangat tidak setuju), angka/skor 2 (tidak setuju), angka/skor 3 (agak tidak setuju), angka/skor 4 (netral), angka/skor 5(agak setuju), angka/skor 6 (setuju) dan angka/skor 7 (sangat setuju).

Prosedur dan analisa data penelitian

Penelitian yang akan dilakukan terdiri dari tiga tahap sebagai berikut:

Pertama persiapan, pada tahap ini peneliti melakukan kajian teoritik yang mendalam. Kemudian peneliti melakukan penyusunan dan mengembangkan alat ukur yang disesuaikan dengan kondisi sampel. Berdasarkan aspek yang terdapat dalam variabel, selanjutnya peneliti mengajukan permohonan ijin untuk melakukan pengambilan data. Peneliti menggunakan uji coba atau *try out* pada tanggal 22 April 2019 hingga 10 Mei 2019 dengan jumlah subjek uji coba 50 subjek mahasiswa yang mengikuti organisasi bidang kesenian. Selanjutnya peneliti melakukan analisa data menggunakan *Statistical Package for Social Sciense* (SPSS) untuk memperoleh jumlah item valid dan reliabel dan dapat diperoleh proses pelaksanaan.

Berikut hasil *try out* skala Perfeksionisme dan *Subjective well-being* yang telah dilakukan kepada 150 mahasiswa UKM bidang seni rupa lentera, paduan suara gitasurya, Marching band, seni tari sangsekarta, seni fotografi focus di universitas Muhammadiyah Malang. Diperoleh hasil berikut :

Tabel 3. Indeks Validitas dan Reabilitas Alat Ukur Penelitian

Alat ukur	Jumlah Item Yang Diujikan	Jumlah Item valid	Indeks Validitas	Indeks Reliabilitas
Perfeksionisme	45	17	0,307-0,596	0,837
SWLS *(Satisfaction with life scale)*	5	5	0,347-0,717	0,761
SPANE (*Scale of positive and negative experienc)* Skala Emosi Positif	6	5	0,426-0,628	0,744
SPANE (*Scale of positive and negative experienc)* Skala Emosi Negatif	6	6	0,388-0,688	0,762

Berdasarkan tabel 2 dari skala Perfeksionisme diperoleh 17 item valid dan 28 item tidak valid. Item paling dominan diperoleh dari aspek *Self-oriented perfectionisme*. Kemudian dari skala SWLS diperoleh 5 item valid dari jumlah yang diujikan. Dan diperoleh 11 item valid dan 1 atem tidak valid dari skala SPANE.

Selanjutnya yaitu tahap pelaksanaan penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 23 Mei 2019 hingga 21 Juni 2019, tahap pelaksanaan peneliti menyebarkan skala kepada mahasiswa yang mengikuti organisasi UKM bidang kesenian. Alat ukur disebarkan kepada mahasiswa yang mengikuti organisasi di universitas Muhammadiyah Malang antara lain UKM seni rupa Lentera berjumlah 15 subjek, seni tari Sangsekarta berjumlah 18 subjek, seni tarik suara Gitasurya berjumlah 62 subjek, seni musik marching band berjumlah 30 subjek, seni fotografi Focus berjumlah 25 subjek. Selanjutnya diberikan tiga skala yaitu skala perfeksionisme dan *subjective well-being* yang terdiri dari skala SWLS dari aspek

kognitif (kepuasan) dan SPANE dari aspek afektif (emosi positif & negatif).

Terakhir yaitu tahap analisa, peneliti menganalisa hasil yang diperoleh dari penyebaran dua skala. Data-data yang diperoleh kemudian diinput dan diolah dengan menggunakan program perhitungan statistik SPSS *(Statistical Program for Social Science),* yaitu analisis parametris dengan jenis data interval menggunakan korelasi produk moment. Karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independent dan variabel dependent.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan penelitian diperoleh beberapa hasil yang dijelaskan berdasarkan tabel-tabel berikut ini :

Tabel 4. Deskripsi Data Subjek

Kategori		Frekuensi	Presentase
Jenis kelamin	Laki-laki Perempuan	50 100	33,3% 66,7%
	Total		100%
UKM	Seni rupa lentera Sangsekarta Gita surya Marching band Focus	15 18 62 30 25	10% 12% 41,3% 20% 16,7%
	Total		100%

Berdasarkan tabel 2, dapat dilihat pada 150 responden penelitian, mahasiswa perempuan lebih mendominasi dengan presentase 66,7%, sedangkan pada mahasiswa laki-laki berjumlah 33,3%. Selanjutnya dari jumlah keseluruhan presentase pada UKM seni rupa lentera berjumlah 10%, Seni tari sangsekarta 12%, Seni tarik suara Gita surya 41,3%, Seni musik marching band 20%, seni fotografi focus 16,7%.

Uji Normalitas

Sebelum peneliti menguji hubungan antara kedua variabel (perfeksionisme yang terbagi menjadi 3 aspek dengan *subjective well-being*), peneliti melakukan uji kenormalan data dengan menggunakan teknik *Klomogrov-Smirnov Test*. Hasil yang diperoleh dari uji normalitas sebagaimana tabel berikut ini :

Tabel 6. Uji Normalitas X dengan Y pada UKM Interpersonal

	One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test Asyp. Sig. (2-tailed)	N
Perfeksionisme – *Subjective well-being*	0,994	110

Selain itu, berdasarkan tabel diatas pula diketahui bahwa statistik uji komolgorov smirnoc memiliki nilai >0.05, sehingga dapat dikatakan bahwa variabel X dan Y pada UKM Interpersonal memenuhi uji asumsi kenormalan data.

Tabel 7. Uji Normalitas X dengan Y pada UKM Intrapersonal

	One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test Asyp. Sig. (2-tailed)	N
Perfeksionisme – *Subjective well-being*	0,753	40

Selain itu, berdasarkan tabel diatas pula diketahui bahwa statistik uji komolgorov smirnoc memiliki nilai >0.05, sehingga dapat dikatakan bahwa variabel X dan Y pada UKM intrapersonal memenuhi uji asumsi kenormalan data.

Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil penelitian pada 150 mahasiswa UKM bidang kesenian, diperoleh hasil berikut ini :

Tabel 8. Uji Hipotesis Korelasi Product Moment antara Perfeksionisme dengan Subjective well-being pada UKM Interpersonal

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Sig/p	Ket	Kesimpulan	N
Perfectionism – Subjective well-being	**0,070**	0,468	P ≤ 0,05	Tidak signifikan	110

Berdasarkan analisis data yang dilakukan dengan metode analisis korelasi *product moment*, diperoleh hasil adanya

korelasi positif dan tidak signifikan (r=0,070; p=0,468) antara *perfectionism* dengan *subjective well-being.*

Tabel 9. Uji Hipotesis Korelasi Product Moment antara Perfeksionisme dengan Subjective well-being pada UKM Intrapersonal

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Sig/p	Ket	Kesimpulan	N
Perfectionism – Subjective well-being	**0,337**	0,034	P ≤ 0,05	Signifikan	40

Berdasarkan analisis data yang dilakukan dengan metode analisis korelasi *product moment*, diperoleh hasil adanya korelasi positif dan signifikan (r=0,337; p=0,034) antara *perfectionism* dengan *subjective well-being.*

Tabel 10. Uji Hipotesis Korelasi Product Moment antara dimensi Perfeksionisme dengan Subjective well-being

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Sig/p	Ket	Kesimpulan	N
Self-oriented perfectionism – Subjective well-being	**0,155**	0,058	P ≤ 0,05	Tidak signifikan	150
Other-oriented perfectionism – Subjective well-being	**-0,036**	0,659	P ≤ 0,05	Tidak signifikan	150
Socially-prescribed perfectionism - Subjective well-being	**0,068**	0,410	P ≤ 0,05	Tidak signifikan	150

Berdasarkan analisis data yang dilakukan dengan metode analisis korelasi *product moment*, diperoleh hasil sebagai berikut :

1. Ada korelasi positif dan tidak signifikan (r=0,155; p=0,058) antara dimensi *self-oriented perfectionism* dengan *subjective well-being.*
2. Ada korelasi negatif dan tidak signifikan (r= -0,036; p=0,659) antara *other-oriented perfectionism* dengan *subjective well-being.*
3. Ada korelasi positif dan tidak signifikan (r=0,068; p=0,410) antara dimensi *socially-prescribed perfectionism* dengan *subjective well-being*.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan perfeksionisme dengan *subjective well-being* mahasiswa di lima UKM bidang seni rupa lentera, paduan suara gitasurya, Marching band, seni tari sangsekarta, seni fotografi focus di universitas Muhammadiyah Malang. Hasil penelitian pada UKM interpersonal menunjukkan bahwa ada korelasi positif dan tidak signifikan (r=0.070; p=0.468) antara *perfectionism* dengan *subjective well-being.* Sedangkan pada hasil penelitian pada UKM intrapersonal menunjukkan bahwa ada korelasi positif dan signifikan (r=0.337; p=0.034) antara *perfectionism* dengan *subjective well-being* .Kemudian hasil penelitian keseluruhan UKM yang dilihat berdasarkan tiap aspek pada perfeksionisme menunjukkan bahwa ada korelasi positif dan tidak signifikan (r=0.155; p=0.058) antara dimensi *self-oriented perfectionism* dengan *subjective well-being.* Selanjutnya ada korelasi negatif dan tidak signifikan (r = -0.036; p=0.659) antara *other-oriented perfectionism* dengan *subjective well-being.* Dan ada korelasi positif dan tidak signifikan (r=0.068; p=0.410) antara dimensi *socially-prescribed perfectionism* dengan *subjective well-being*.

Dikalangan mahasiswa UKM interpersonal kepuasan dan perasaan positif dan negatif yang merupakan suatu pembentuk kebahagiaan, tidak berpengaruh dengan target atau standar yang tinggi untuk dirinya sendiri, standar yang tinggi untuk menuntut orang terdekat, serta persepsi bahwa orang lain menuntut dirinya untuk menjadi sempurna yang berasal dari aspek perfeksionisme. Sedangkan pada mahasiswa UKM intrapersonal kepuasan merupakan suatu pembentuk kebahagiaan apabila target atau standar bagi dirinya dan orang lain tercapai.

Selain itu, jika dilihat dari segi peraspek hasil penelitian ini menunjukkan perfeksionisme tidak berhubungan dengan *subjective well-being* pada mahasiswa

UKM bidang kesenian. Artinya meskipun mahasiswa organisasi atau aktivis cenderung bersifat idealis namun pada penelitian ini menunjukkan bahwa perfeksionisme yang dimiliki mahasiswa organisasi kesenian ini tidak berpengaruh pada kebahagiaan yang dimilikinya apabila target-target yang ditentukan tidak tercapai. Adapun perfeksionisme tidak hanya mengarah ke dalam hal yang negatif, hal ini didukung oleh Stoeber dan Otto (2006) yang mengungkapkan berdasarkan penelitiannya yang menunjukkan bahwa perfeksionisme tidak selalu bersifat negatif, perfeksionisme dapat menjadi sehat, positif dan fungsional. Dengan begitu *Subjective well-being* atau kebahagiaan yang terletak pada mahasiswa organisasi kesenian dalam penelitian ini tidak hanya ditentukan oleh perfeksionisme yang dimilikinya.

Penelitian Nurhayati, Sukma dan Marina (2016) pada siswa akselerasi di SMAN 1 dan 7 Banjarmasin menunjukkan bahwa semakin tinggi perfeksionisme maka akan semakin baik kesejahteraan psikologis pada siswa akselerasi. Siswa akselerasi yang memiliki sikap perfeksionis berarti memiliki standar pribadi yang tinggi, melakukan usaha terbaik untuk mencapai kesempurnaan, kebanggaan terhadap usaha sendiri, dan memiliki motivasi tinggi. Hal ini lah yang membuat semakin tinggi perfeksionisme maka semakin baik kesejahteraan psikologis siswa akselerasi. Seperti yang telah dipaparkan sebelumnya menurut Iriani dan Ninawati (2005) kesejahteraan psikologis merupakan keadaan psikologis individu yang berfungsi secara positif yang ditandai dengan kepuasan pribadi, pemaknaan terhadap diri sendiri, bangga terhadap dirinya sendiri, bersikap optimis, merasakan kebahagiaan, memiliki stabilitas suasana hati dan harga diri, serta dapat mengembangkan potensinya secara optimal. Hal ini dapat dikaitkan dalam hasil penelitian yang menunjukkan bahwa mahasiswa organisasi kesenian dengan perfeksionisme tinggi dapat membuat *subjective well-being* nya tinggi. Karena dengan adanya target-target atau program kerja yang telah dibuat, itu menjadi kebanggaan terhadap usahanya sendiri yang telah berkontribusi waktu, tenaga maupun pikiran pada organisasi yang diikutinya, sehingga hal itu cukup menjadi kepuasan tersendiri bagi mereka.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kuntaswari dan Stevanus (2013), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara perfeksionisme dengan *psychological well-being* pada seniman berusia dewasa muda dan madya. Artinya bahwa semakin tinggi perfeksionisme, maka semakin rendah *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologinya.

Jika dilihat dari karekteristik dan pengertian perfeksionisme, maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa kesenian yang memiliki sikap perfeksionis berarti mempunyai standar pribadi yang tinggi, melakukan usaha terbaik dalam mencapai kesempurnaan, kebanggaan terhadap usaha sendiri, dan mempunyai motivasi yang tinggi. Namun hal ini berbeda dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, dimana hasil korelasi yang telah di uji antara kedua variabel menunjukkan hasil korelasi positif dan tidak signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa standar pribadi yang tinggi, melakukan usaha terbaik dalam mencapai kesempurnaan, kebanggaan terhadap usaha sendiri, dan mempunyai motivasi yang tinggi merupakan kebahagiaan bagi mahasiswa organisasi kesenian tersebut terlepas dari tercapai atau tidaknya usahanya tersebut. Karena mahasiswa organisasi cenderung memiliki pemikiran yang idealis, dimana mereka memiliki target-target atau harapan-harapan tinggi, baik dalam lingkup organisasi maupun kehidupannya.

Jika ditinjau kembali dari pengertian perfeksionisme yang menyebutkan bahwa perfeksionisme sebagai konsep yang memfokuskan multidimensi dari aspek interpersonal perfeksionisme yang meliputi *self-orientation, other orientation, socially prescribed* (Hewit dan Flett dalam Peters, 1996) yang dipengaruhi oleh adanya bakat alamiah, standar umur mental yang lebih tinggi dari umur kronologis, teman bermain yang lebih tua/ dewasa, tingginya

pemikiran mengenai kesukasesan yang akan diraih, dan pekerjaan yang terlalu mudah (Peters, 1996) maka perfeksionisme tinggi memang merupakan salah satu hal yang diduga menyebabkan kepuasan dalam hidup.

Apabila dilihat per dimensi *self-oriented perfectionism* melibatkan perilaku perfeksionis yang mengarah pada diri sendiri. Perfeksionisme ini berorientasi pada diri sendiri termasuk perilaku seperti standar atau tuntutan yang terlalu tinggi untuk diri sendiri dan evaluasi diri yang sangat ketat. Menurut Hewitt, Mittelstaedt & Wollert (1989) *self-oriented perfectionism* berkaitan dengan perilaku yang mengarah pada diri sendiri seperti menyalahkan diri sendiri (Hewitt, Mittelstaedt & Wollert, 1989). Selain itu, *self-oriented perfectionism* juga dikaitkan dengan ketidakmampuan menyesuaikan diri, termasuk kecemasan (Flett et all, 1989) dan depresi (Hewitt & Dyck, 1986). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti antara aspek *self-oriented perfectionism* dengan *subjective well-being* menunjukkan korelasi positif dan tidak signifikan, artinya apabila seseorang memiliki perilaku perfeksionis dengan standar dan tuntutan yang terlalu tinggi terhadap diri sendiri dan target yang dilakukan tidak sesuai dengan standarnya maka mereka cenderung tidak akan menyalahkan diri sendiri, cemas ataupun depresi. Hal ini juga tidak mempengaruhi *subjective well-being* yang dimilikinya.

Other-oriented perfeksionism, yang melibatkan harapan terlalu tinggi dengan kemampuan orang lain, hal ini berorientasi memiliki standar tinggi bagi orang lain, menempatkan pentingnya orang lain untuk menjadi sempurna sesuai dengan standarnya. Perilaku ini pada dasarnya sama dengan orientasi diri, namun perilaku perfeksionisme ini diarahkan ke luar. Penelitian terkait pada perilaku yang diarahkan untuk orang lain telah menunjukkan bahwa individu memiliki sanksi yang berbeda, baik menyalahkan diri mereka sendiri atau orang lain (Wollert, Heinrich, 1983), dan bahwa setiap sanksi dapat berkontribusi pada keadaan emosi negatif. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti antara aspek *other-oriented perfeksionism* dengan *subjective well-being* yang menunjukkan korelasi negatif namun tidak signifikan yang artinya apabila seseorang memiliki harapan yang tinggi terhadap kemampuan orang lain sesuai dengan standar tingginya kemudian hal itu tidak sesuai dengan yang diharapkan maka cenderung tidak akan menyalahkan diri sendiri ataupun menyalahkan orang lain. Dengan demikian, *subjective well-being* yang dimiliki seseorang tidak memiliki hubungan dengan perfeksionis yang dimilikinya.

Socially prescribed perfectionism yang melibatkan persepsi bahwa orang lain memiliki harapan yang tinggi bagi mereka, tekanan untuk menjadi sempurrna. Penelitian Deci & Ryan, (1985) menunjukkan bahwa pengendalian umpan balik, yang melibatkan persepsi bahwa seseorang harus memenuhi harapan orang lain, menyebabkan menurunnya tingkat motivasi intrinsik dan memiliki pengaruh negatif. Dengan demikian apabila yang dilakukan tidak sesuai dengan harapan atau tuntutan orang lain maka akan mempengaru motivasi intrinsiknya dan menimbulkan pengaruh negatif. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa aspek socially prescribed perfectionism dengan subjective well-being menunjukkan hasil adanya korelasi positif namun tidak signifikan, artinya persepsi bahwa orang lain menuntut untuk menjadi sempurna kemudian hal itu tidak sesuai dengan yang di ekspektasikan maka hal itu cenderung tidak akan mempengaruhi kesejahteraan ataupun kebahagiaan yang dimiliki.

Faktor-faktor lain yang turut mempengaruh subjective well-being menurut Leonardo (2017) antara lain kepribadian, pendapatan dan kekayaan, budaya, modernisasi dan tujuan personal. Dengan demikian, dalam penelitian ini variabel perfeksionisme tidak sepenuhnya merupakan faktor yang dapat berhubungan langsung subjective well-being pada mahasiswa UKM kesenian.

Sehingga dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kepuasan hidup dan emosi positif & negatif adalah dua bagian yang berperan dalam *subjective well-being*. Penelitian terdahulu menemukan bahwa perfeksionisme merupakan konstruk yang memiliki dua sisi yaitu adaptif (positif) dan maladaptif (negatif). Perfeksionisme adaptif terkait dengan *positive achievement striving*, gairah dalam mencapai yang terbaik dan penetapan standar yang tinggi untuk diri tanpa disertai *maladaptive evaluatif concerns* atau kecemasan berlebih terhadap penilaian oleh orang lain. Perfeksionis adaptif memiliki hasrat besar untuk mencapai suatu hasil atau prestasi tinggi, namun tidak mengaitkan kegagalan dengan rusaknya eksistensi. Sebaliknya, perfeksionis maladaptif memandang kegagalan adalah sesuatu yang mengancam eksistensi. Perfeksionisme maladaptif inilah yang erat terkait dengan depresi dan berbagai gejala psikopatologi lain (Hewitt & Flett, 1995; Blatt, 1995).

Kepuasan yang berperan dalam *subjective well-being* tidak mempengaruhi perfeksionisme seseorang. Dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan oleh Verleijsdonk (2014) yang menunjukkan bahwa perfeksionisme tidak memiliki nilai yang signifikan dengan kepuasan hidup. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa kepuasan hidup bukan merupakan indikator masalah apabila seseorang itu perfeksionis atau tidak.

Dengan demikian, dalam penelitian ini variabel perfeksionisme tidak sepenuhnya merupakan faktor yang dapat berhubungan langsung dengan *subjective well-being* pada mahasiswa kesenian.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian, dapat ditarik kesimpulan bahwa adanya korelasi positif namun tidak signifikan antara perfeksionisme dengan *subjective well-being*. Begitu pula pada tiap aspek perfeksionisme yang meliputi *self-oriented perfectionism* memiliki korelasi positif dan tidak signifikan*, other-oriented perfectionism* memiliki korelasi negatif namun tidak gisnifikan dan *socially-prescribed perfectionism* memiliki korelasi positif namun tidak signifikan dengan *subjective well-being* pada mahasiswa UKM bidang kesenian juga menunjukkan adanya korelasi positif namun tidak signifikan. Sifat hubungan dalam penelian ini berbeda dengan asumsi awal peneliti yang menyatakan perfeksionisme memiliki hubungan negatif dengan *subjective well-being*. Dengan demikian hipotesis pada penelitian ini tidak diterima.

Implikasi penelitian ini antara lain bagi subjek diharapkan untuk terus berusaha mencapai target-target yang dimiliki sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya agar diperoleh kebahagiaan yang bukan sekedar bahagia karena harapan tingginya namun kebahagiaan karena tercapainya tujuan atau target yang dimiliki. Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian ini diharapkan dapat menggunakan subjek penelitian yang lebih banyak dengan cakupan yang lebih luas, dan dapat menambahkan variabel lain yang belum diteliti dalam penelitian ini, seperti faktor pendapatan dan kekayaan , budaya, modernisasi, tujuan personal yang dimiliki individu dan merupakan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *subjective well-being*. Penelitian selanjutnya dapat dikembangkan menjadi penelitian kualitatif agar mengetahui gambaran lebih dalam mengenai faktor atau dimensi dalam perfeksionisme yang lebih berperan dalam menentukan *subjective well-being* pada mahasiswa.

REFERENSI

Aditomo, A., & Sofia, R. (2004). Perfeksionisme, harga diri, dan kecenderungan depresi pada remaja akhir*. Jurnal psikologi, 1, 1-14.*

Albano. (2011). *Hubungan antara perfeksionisme, kepuasan hidup, dan variabel sosio-emosional pada anak-anak berbakat*. New York : Hofstra University.

Alwisol. (2004). Psikologi kepribadian. Malang: UMM Press

Bieling, P. J., Israeli, A. L., & Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the

perfectionism construct. *Personality and Individual Differences,* 36, 1373–1385. doi: 10.1016/S0191-8869(03)00235-6
Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism: Implication for the treatment of depression. *American Psychologist,* 50, 1003-10*20.*
Bojanic, Z. (2018). Personality traits as predictors of perfectionism. *Physical Education And Sport,* 16 (1), 57 – 71*.*
Campbell J, Di Paula A . (2002). Perfectionistic self-beliefs: their relation to personality and goal pursuit. In: Flett G, Hewitt P, editors. Perfectionism - Theory, Research, and Practice. Whasington DC: *American Psychological Association,* 181-197*.*
Chang, E. C. (2006) Perfectionism and dimensions of psychological well-being in a college student sample : A test of a stress-mediation model. *Journal of Social and Clinical Psychology,* 25 (9), 1001-1022.
Cohen, S., Doyle, W. J., Turner, R. B., Alper, C. M., & Skoner, D. P. (2003). Emotional style and susceptibility to the common cold. *Psychosomatic Medicine,* 65, 652–657.
Diener, E., Lucas, R. E., & Oishii, S. (2005). Subjective well-being : the science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), Handbook of positive psychology (2nd ed.), (pp. 63-73). New York, NY: Oxford University Press.
Diener, E., Scollon, C.N., & Lucas, R. E. (2003). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology,* 15, 187-219*.*
Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin,* 95 (3), 542-575.
Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R.J., Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assesment,* 49,71-75*.*
Diener, E. (2000). Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist,* 55, 34–43.
Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., Biswas-Diener, R. (2009). New measures of well-being : Flourishing and positive and negatif feelings. *Social Indicators Research,* 39, 247-266*.*
Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin,* 125, 276–302*.*
Diener, E., & Chan, M. Y. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being,* 3, 1–43.
Diener, E. (2009). The science of well being the collected works of ed diener. USA : Springer
Eid, M., & Larsen, R. J. (2008). The science of subjective well-being. New York: The Guilford Press.
Flett, G.L., R.A. Davis, P.L. Hewitt. (2003). Dimensions of perfectionism, unconditional self-acceptance, and depression. *Journal Of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy,* 21(2), 119-138.
Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C. & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research,* 14, 449-468. doi: 10.1007/BF01172967
Gilman, R., Ashby, J. S., Sverko, D., Florell, D., & Varjas, K. (2005). The relationship between perfectionism and multidimensional life satisfaction among Croatian and American youth. *Personality and Individual Differences,* 39, 155–166. doi: 10.1016/j.paid.2004.12.014
Gilman, R., Ashby, JS. (2013). A first study of perfectionism and multidimensional life satisfaction among adolescents. *Journal of Early Adolescence,* 23(2), 218-235.
Gordon, L. Flett., Hewitt, L. P., Tessa, R. (1996). Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. *Personality individual differences, 20, 143-150.*
Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology, 15*, 27-33.
Hewitt, P. L., Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social

contexts: Conceptualization, assessment and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology,* 60, 456-470.

Hewitt, P. L., Flett, G. L., Wendy, T. Donovan., Samuel, F. Mikail. (1991). The multidimensional perfectionism scale : Reliability validity, and psychometric properties in psychiatric samples. *Journal of consulting clinical psychology, 3, 464-468.*

Hollender, M.H. (1965). Perfectionism. Comprehensive psychiatry, 6(3), 94-103.

Horney, K. (1950). Neurotis and humsn growth : The struggle toward self-relization. New York: Norton dan Company INC.

http://ukm-sangsekarta.umm.ac.id/id/pages/organisasi-24.html

http://lentera.umm.ac.id/id/pages/sejarah.html

http://gitasurya.umm.ac.id/id/pages/sejarah.html

http://marchingband.umm.ac.id/id/pages/ini-judul-menu.html

http://focus.umm.ac.id/id/pages/sejarah.html

Iriani, F. & Ninawati. (2005). Gambaran kesejahteraan psikologis pada dewasa muda ditinjau dari pola attachment. Jurnal Psikologi, 3(1), 44- 64.

Kuntaswari, P & Stevanus, S. (2013). Jurnal Hubungan antara perfeksionisme dan *psycholigical well-being* pada seniman berusia dewasa muda dan dewasa madya. Universitas Surabaya.

Lee, Kangjae., Sunhwan, H. (2018). Serious leisure qualities and subjective well-being. *The Journal of Positive Psychology,* 13(1), 48-56.

Lu, L., & Gilmour, R. (2004). Culture and conceptions of happiness: Individual oriented and social oriented SWB. *Journal of Happiness Studies,* 269-291.

Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success?. *Psychological Bulletin, 131*, 803–855.

Macedo at al. (2014). Perfectionism and psychological distress: a review of the cognitive factors. *IJCNMH*, 1-6

Mackinnon, et al. (2017). Perfectionistic concerns, social negativity, and subjective well- being: A test of the social disconnection model. *Journal of Personality,*3 85.

Mee, Foo Fatt., Siti, Aishah Hasan., Maznah, Baba., Mansor, Abu Thalib., Noor, Syamilah Zakaria. (2015). Relationship between perfectionism and marital satisfaction among graduate students. *International journal of education and research 3.*

Nealis, L. J., Sherry, S. B., Sherry, D. L., Stewart, S. H., & Macneil, M. A. (2015). Toward a better understanding of narcissistic perfectionism: Evidence of factorial validity, incremental validity, and mediating mechanisms. *Journal of Research in Personality,* 57, 11–25.

Nurhayati., Sukma., Marina. (2016). Hubungan perfeksionisme dengan kesejahteraan psikologis pada siswa akselerasi. Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat.

O'Connor D, O'Connor R, Marshall R. (2007). Perfectionism and psycho-logical distress: evidence of the mediating effects of rumination. *European Journal of Personality,* 21, 429-452.

Odes, E. (2008). Male pefectionists with close samesex friends: self-disclosure interdependent self-construal. http//.books.google.co.id/books.

Paul, L., Hewitt., Goldon, L., Flett., Wendy, T., & Samuel, F (1991). The multidimensional perfectionism scale: Reliability validity, and psychometric properties in psychiatric samples. *Journal of consulting clinical psychology*, 3, 464-468.

Pranungsari, Dessy. (2010) Kecenderungan perfeksionisme pada anak gifted dikelas ekselerasi. Humanitas 7.

Pratiwi, S. (2016). Hubungan antara perfeksionisme dan ketidakpuasan terhadap citra tubuh pada masa

dewasa awal. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.

Pouravari, Marjan. (2017). Identifying pattern of relationships between attachment styles, life satisfaction and perfectionism in University Students. *Razavi International Journal of Medicine. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International Licens.*

Ratna, P.T & I.W. Widayat. (2012). Perfeksionisme pada remaja gifted (studi kasus pada peserta didik kelas akselerasi di SMAN 5 Surabaya). INSAN, 14(03), 203-210.

Robbins, S. B., & Kliewer, W. L. (2000). Advances in theory and research on subjective well-being. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Handbook of Counseling Psychology* (3rd ed., pp. 310–345).

Roedell, W. C. (1984). Vulnerabilities of highly gifted children. *Roeper Review 6* (3*)*, 127-130.

Sherry, S. B., Mackinnon, S. P., & Gautreau, C. M. (2016). Perfectionists do not play nicely with others: Expanding the social disconnection model. *In Perfectionism, health, and well-being (pp. 225–243). Springer International Publishing.*

Stairs, A,M., Smith, G.T., Zapolski, C.B., Comb, J.L., & Settles, R.E. (2012). Clarifying the construct of perfectionism. *Assesment* SAGE, 19(2) 146-166.

Stoeber, J. (2012). Dyadic perfectionism in romantic relationships: Predicting relationship satisfaction and longterm commitment. Personality and individual differences, 53(3), 300-305.

Stoeber, J. and K. Otto. (2006). Positive conceptions of perfectionism: approaches, evidence, challenges. Personality and Social Psychology Review, 10, 295-319.

Stoeber, J., & Childs, J. H. (2010). The assessment of self-oriented make a difference. *Journal of Personality Assessment, 92*(6), 577-585.

Steptoe, A., & Wardle, J. (2011). Positive affect measured using ecological momentary assessment and survival in older men and women. *Proceedings of the National Academy of Sciences,108*, 18244–18248.

Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D. Bandung : Alfabeta.

Sutarto. (2006). Dasar-dasar organisasi. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Verleijsdonk, Mandy. (2014). Examining the Association between Adolescents' Perfectionism and Satisfaction with Life: Loneliness as a Moderator. Department of Developmental Psychology, Tilburg University

Verner-Filion, J., Gaudreau, P. (2010). From perfectionism to academic adjustmentt : The mediating role of achievement goals. Personality and individual differences, 49, 181-186.

Zhou, X., Zhu, H., Zhang, B., & Cai T. (2013). Perceived social support as moderator of perfectionism, depression, and anxiety in college students. *Social Behavior & Personality: an International Journal, 41,* 1141-1152. doi: 10.2224/sbp.2013.41.7.1141